



# **Club Alpino Italiano**

## *Sezione di Potenza*

---

**Domenica 17 marzo 2024**

1° Tappa del Sentiero di San Nilo

**Sapri - Torraca**

---

### **Direttori d'escursione**

**Vito Mancusi** (tel. 339 4382146) **Rocco Pucciariello** (tel. 328 3146041)  
**Attilio Apolito** (tel. 320 0934822)

### **Iscrizione**

I responsabili saranno in sede **dalle ore 19.30 alle 21.00 di venerdì 15 marzo** per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni. **I non soci all'atto dell'iscrizione, che potrà avvenire esclusivamente in sede, dovranno compilare e consegnare agli accompagnatori il Modulo di Consenso al trattamento dei propri dati ai sensi dell'art. 23 del Dlgs 196/2003; Il modulo e la relativa informativa sono scaricabili dal sito della Sezione al link: <http://www.cai.it/sezione/potenza>**

### **Quota di partecipazione**

Soci CAI: € **3,00** - Non soci: € **10,00**. Per i non soci la quota comprende l'assicurazione.

La località di partenza sarà raggiunta con auto proprie e le spese di viaggio saranno divise tra i passeggeri delle singole autovetture.

### **Appuntamento e partenza**

Appuntamento **ore 6:45** nel piazzale Michetti di fronte la Regione Basilicata  
partenza **ore 7:00**.

### **Come raggiungere la località di partenza dell'escursione**

Partendo da Potenza imboccare il raccordo autostradale Potenza–Sicignano (RA 5) in direzione Salerno e uscire a Tito/Brienza per immettersi nella SS95. Superato l'abitato di Brienza, continuare sulla Fondo Valle d'Agri (SS598) in direzione Autostrada SA-RC. Prendere l'autostrada direzione Reggio Calabria fino all'uscita Padula - Buonabitacolo e prendere la Bussentina direzione Sapri. Quando arriveremo a Sapri alcune macchine saranno lasciate nel piazzale della stazione mentre altre verranno portate a Torraca.

## **Caratteristiche tecniche dell'escursione**

Lunghezza	ca. <b>12 km</b>
Dislivello in salita	ca. <b>700 m</b>
Dislivello in discesa	ca. <b>300 m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>5,00 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>E</b> (Escursionismo)

## **Coordinate UTM ED 50**

Inizio **33T 553780E 4436637N**

Fine **33T 554400E 4440507N**

## **Descrizione del cammino**

Il **Cammino di San Nilo nel Cilento bizantino** è un affascinante itinerario di oltre 100 km, suddiviso in 8 tappe, che accompagna il camminatore nella suggestiva regione del basso Cilento alla scoperta della storia dei Santi bizantini che lo abitarono, primo fra tutti **Nilo da Rossano**.

Il percorso inizia a Sapri e si snoda principalmente attraverso aree verdi, fino alle spiagge Palinuro. Lungo il tragitto, si attraversano 13 incantevoli borghi immersi nella natura del Parco nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni. Fiumi, ruscelli e cascate arricchiscono l'esperienza, offrendo l'opportunità di entrare in contatto ravvicinato con la natura incontaminata del parco, il quale può vantare quattro riconoscimenti UNESCO: patrimonio dell'umanità, biosfera MAB, geosito e patrimonio immateriale per la dieta mediterranea.

Il percorso del Cammino di San Nilo non presenta particolari difficoltà, con tappe di lunghezza moderata che consentono di godere appieno del territorio circostante. L'itinerario è sicuro e adatto a tutti, sebbene si alternino salite e discese tra i boschi di faggio di montagna e lecci e ulivi della macchia mediterranea, con pittoreschi insediamenti medievali che emergono lungo il percorso.

Infatti i borghi cilentani, dove il tempo sembra scorrere più lentamente, meritano di essere visitati con calma, a stretto contatto con gli abitanti: significa immergersi nei costumi locali, dai vicoli alla piazza centrale del paese, dal suono del campanile della chiesa agli incontri con pastori e agricoltori.

## **Percorso della 1° tappa**

**Il percorso pur non essendo molto lungo, presenta dei tratti impegnativi che prevedono una buona preparazione fisica.**

Partendo dalla stazione di Sapri si segue un percorso ricco di storia e bellezze architettoniche. Attraversando le strade della cittadina ammireremo i maestosi palazzi storici fino alla piazza Plebiscito dove svetta la magnifica chiesa madre dedicata all'Immacolata.

Imboccato il sentiero che ci porterà a Torraca, godremo del panorama spettacolare che si apre di fronte a noi, con la baia di Sapri che lascia gradualmente spazio al suggestivo golfo di Policastro, dominato dalle maestose cime dei monti Ceraso e

Bulgheria. Arrivati nel borgo di Torraca dopo una meritata sosta scenderemo con le auto presso la stazione di Sapri per ritornare a Potenza.

### **Equipaggiamento necessario**

I partecipanti dovranno calzare scarpe **ALTE** da trekking (sono utili i **bastoncini**)

Si raccomanda di portare nello zaino: maglione o pile, giacca a vento, mantella antipioggia, almeno una borraccia di acqua da un litro, il telefonino, un leggero pranzo a sacco.

Si consiglia di lasciare in auto un cambio completo di abbigliamento.

**I responsabili si riservano il diritto di non ammettere all'escursione quanti non dimostrassero di essere in possesso dei requisiti fisici, tecnici o d'abbigliamento necessari.**

**Si ricorda che è facoltà dei direttori d'escursione modificare il percorso anche durante l'escursione.**

**In caso di previsioni meteorologiche avverse l'escursione potrà subire modifiche o essere rinviata.**

### **Note**

Per tutto quanto non specificamente indicato nel presente programma si fa riferimento al Regolamento delle Escursioni della Sezione CAI di Potenza che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare.



*Rispetta la bellezza della natura*



*Segui il sentiero*



*Non abbandonare rifiuti*

